

Alkoholismus

Von Dr. Detlef Eichberg



Wahrscheinlich kennt Jede(r) solcherlei Dumm-Sprüche zum Thema Alkohol:

Alkohol und Nikotin rafft die halbe Menschheit hin, aber ohne Suff und Rauch stirbt die andre Hälfte auch. Oder: Zwischen Leber und Milz passt immer noch 'n Pils... Dabei hat Alkoholismus nichts mit Dummheit zu tun, denn seit einem Urteil des Bundessozialgerichtes wird der Alkoholabhängigkeit der Status einer Erkrankung zugesprochen, die mit Willen und Intelligenz allein nicht in den Griff zu bekommen ist. Es besteht vielmehr die Notwendigkeit einer Therapie, die aufgrund besagten Gerichtsurteils von der Krankenkasse erstattet wird. Die Ursachen dieser vielfach noch als unanständig bewerteten Erkrankung sind nicht eindeutig zuzuordnen: Erbfaktoren, gesellschaftliche Einflüsse und vor allem psychische Defizite tragen in variierenden Anteilen zum Entstehen dieser Suchterkrankung bei.

Erbfaktoren und Gesellschaft wird man schwerlich verändern können. Daher setzen die meisten Therapien zunächst bei der Bewusstmachung der eigenen Ohnmacht und Hilflosigkeit dem Problem gegenüber an. Man könnte den Vergleich mit einer Allergie wagen: sobald das erste Molekül Alkohol den abhängigen Organismus kontaktiert, treten -gleichsam wie bei Heuschnupfen das Niesen nach

Kontakt mit Pollen- Kontrollverlust und alle anderen Suchtsymptome auf. Die einzige Chance, diese nicht von Grund auf heilbare Krankheit zum Stillstand zu bringen, besteht in der konsequenten Abstinenz dem Alkohol gegenüber.

Ironisch ausgedrückt könnte man sagen, dass Alkohol für viele ein Lösungsmittel ist. Er löst Beziehungen, Bankkonten, die Leber und einiges andere auf. Vor allem aber reduziert Alkohol die Belastbarkeit. Mit der Zeit kommt es nicht mal mehr zu der ersehnten Euphorie, die übrigens das Resultat einer vermehrten Freisetzung körpereigener Opiate nach Alkoholkonsum darstellt (Belohnungssystem im Gehirn), also gar nicht so weit vom Heroin-Junkie entfernt ist. Die Gier und der Zwang zum Trinken haben dann die/den Betroffene(n) voll im Griff.

Mit einem simplen Bild lässt sich Entstehung und Therapie des Alkoholismus veranschaulichen: Stellen Sie sich das Oval einer kleinen Modelleisenbahn vor. Bis zur Pubertät, vielleicht auch länger, fährt Ihre Husch-Husch immer schön im Kreis herum. Dann entdecken Sie auf einmal an einer Weiche die Abzweigung in einen Tunnel. Dieser Tunnel steht für Alkohol - sie machen die erste Erfahrung seiner Wirkung und Ihr Unterbewusstsein merkt sich die angenehme Entspannung und das Gut-Drauf-Sein. Sie fahren danach wieder brav ihre Runden, ohne die Abzweigung zum Tunnel zu nehmen. Aber in irgend einer Belastungssituation erinnern Sie sich unbewusst an die Erfahrung des Alkohol-Tunnels und Sie biegen ab und fahren durch den Tunnel. Das geschieht mit der Zeit immer häufiger und die normale Strecke wächst langsam mit Gras zu, weil wir nur noch über die Abzweigung durchs Tunnel fahren.

Wohl denen, die dann erkennen, dass die Einfahrt zum Tunnel verbarrikadiert und die frühere Strecke wieder frei gelegt werden muss. Hierfür bedarf es der Hilfe. Erst nach Einsicht seiner Machtlosigkeit dem Problem gegenüber kann der Süchtige therapeutisch aufgebaut werden: nach der Aufdeckung seiner psychischen Defizite können anschließend im nüchternen Zustand Verletzungen, unreife Verhaltensweisen und anderes mehr verarbeitet und geheilt werden. Um die zwingend notwendige Trockenheit zu stabilisieren, wird abschließend versucht, ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, dass die bereichernde Erfahrung einer entschiedenen Abstinenz und die damit verbundene neu gewonnene Freiheit, Zufriedenheit und Lebenstüchtigkeit sich lohnt.

Für eine lebenslange Abstinenz gibt es keinen Garantieschein, man muss sich achtsam ständig darum bemühen. Daher ist ein Kontakt zu Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen dringend zu empfehlen.